

創造開朗和幸福的家庭

「創造充滿愛的家庭，好讓我們的孩子在品格、心靈、思想上得以栽培和發展，這是值得我們奮鬥的爭戰。」出自「愛在婚姻內」系列的新文章。

2021年7月23日

賽諾·嘉迪亞 (Ciro Candia ; 倫敦)

內子和我都是老師，也是七個孩子的父母。不斷有人問我們：「你們怎樣

管教他們？」；「你們怎樣應付難以管教的青少年？」諸如此類的問題。

今時今日，以正確的方式養育孩子殊不容易。然而，創造充滿愛的家庭，好讓我們的孩子在品格、心靈、思想上得以栽培和發展，是值得我們奮鬥的爭戰。而且，這可以是樂趣無窮的！

要創造這樣的家庭，沒有甚麼比建立無條件的愛這個文化更有效力。教宗方濟各在2015年的公開接見活動中提醒我們：「孩子獲得愛護，因為他是某人的孩子，不是因為他很漂亮，也不是因為他好像這樣，好像那樣，統統都不是，而是因為他是孩子！不是因為他的想法像我，也不是因為他體現我的夢想。孩子就是孩子：這是由我們孕育出來的生命，卻是為他設的生命，也是為他的福祉，且為家庭、社會、人類整體的福祉而誕下的生命。」

身為父親，我希望所有孩子在學術上均有成就，但我更希望他們在作為人這方面出類拔萃，並在他們的基督徒信仰的薰陶下成長。日後他們長大成人後，他們的生命會充滿一些不斷按他們的成就而判斷他們的人。至少在家庭中，我們的孩子應該因着他們本身而獲得無條件的愛，正如天主怎樣愛他們那樣。

家庭不僅是餵養孩子的地方，不僅是他們頭上的「瓦遮頭」，也不僅是嘗試確保他們最終不會入獄的場所！相反，這是先以價值模塑他們、是全人發展的地方，包括身體與心靈。這是載有歡笑和溫馨記憶的地方，讓他們從世俗的壓力中鬆一口氣。我們在家庭中可以指引我們的孩子朝向新視野，眺望四面牆壁以外的實況。

正因如此，父母應避免種種按照這個想法而產生的負面思想：「現代文化是惡劣的，我不准家中有電視，也不讓我的孩子用手提電話。」在這些情

況中，爭議不在於科技本身，而是在於我們怎樣運用或濫用它。我們應聚焦在美善之上，並如何過濾不良的元素。我們身為父母，制定約束和限制是責任的重要部分，但我們若堵截接觸事物的機會，便會使我們收穫甚少。父母的約束最終應引導我們的孩子發展自制能力，但假如我們把家庭變成新兵訓練營，這會變得更困難！

在我們的家庭中，我們有幾項嚴格而明確的規則，有助建立家庭的文化。例如，在某段時間後不可接聽電話和上網；在飯桌上不可使用科技；不可採用非文明和不尊重人的字眼。但我們若為這些爭議「開戰」，我們會嘗試為重要的事而爭論。喜愛紀律不等於為牛仔褲的顏色之類的爭議而引發第三次世界大戰。

最終在於我們成人的態度。比方說，因應青少年起起伏伏的賀爾蒙和反反覆覆的情緒，我們要保持自己成為穩定而平和的力量，這是很重要的。我

們要做到不論我們五歲的孩子倒翻多少油漆在新的地毯上，仍是可以解決和忘記的。寬恕必須是我們家庭的核心。假如我們每次犯錯後，過去的事總是拋到我們身上，便沒有人可以在人性和屬靈上發展起來。

因此，假如聚焦在美善之上應是我們創造真正幸福家庭的目標，這裏有幾項建議是內子和我在過去幾年來都發現是有用的。

1. 大大讚美你的孩子。讚美告訴我們，我們所做的事是對的，也鼓勵我們再做。要培養良好的習慣和德行，這是必不可少的。讚美絕不能不是出於真誠，而應該常常為小小的成就而作出：「約翰，你把一部分零用錢儲起來，做得很好啊。」這是最喜愛的讚美，因為這樣的讚美鼓勵孩子要慷慨，也建立財政上的謹慎態度。

2. 孩子不僅喜歡那些有時間教導他們的人，也喜歡那些有時間與他們玩樂的人。玩樂不必是昂貴的。這是突然

的驚喜；在假期舉行午夜盛宴；水戰；拍攝搞笑的影片；或純粹玩猜謎語。我們的孩子還是嬰孩時，我們經常搔癢他們。我們從不停下來，很重要！

3. 從地上和牆上所留下的骯髒腳印和指紋，我常常都知道何時我其中一個女兒的朋友來到我們家中。我們使自己的家庭變得開朗和幸福，代表我們開放這個家庭給其他孩子。透過對話，我們與孩子的朋友或其他來到家中的客人接觸，並對他們感興趣，在在對我們自己的孩子日後怎樣建立他們的友誼，確實給予很好的示範。

4. 每日撥出安靜的時間，並使之成為你的家庭日常生活的部分。這些時間給予機會，使家人之間的關係更緊密，但不一定靜默無聲。當這些時間均用於向天主禱告，通常是最有效的，譬如一家人誦唸玫瑰經。然而，安靜時間也可以是誘導他們喜愛閱讀的大好機會，也可以一起散步，讓家

人相聚。所有輕鬆的消遣活動都可以在孩子長大成人後繼續進行，大大為家庭各成員帶來精神和身體上的健康。

5. 協助孩子發展德行的一個方法，就是盡量為他們尋找服務他人的機會。我們的孩子恆常探訪一位我們年長的朋友。我們的青少年孩子在某段時間內陪伴我到膳食派發中心，他們要在那裏與露宿者和弱勢社群接觸。我們為每個孩子在每周安排一天當值，在他們當值的那天內，我們鼓勵他們帶領全家祈禱、幫忙預備晚餐等其他任務。協助孩子看見他們身邊的需要，並愉快地服務他人，都是他們人格成長的重要部分。

6. 要撥出時間與孩子在一起，只需要單單在那裏「出現」。促進對談可以是與孩子建立友誼的最佳方法，尤其是在吃飯的時間，或「兀突的時刻」。聖施禮華在1960年代接受記者的一次訪問中談到：「我經常勸告父

母嘗試成為孩子的朋友。父母撫養孩子所需要的權威完全可以透過友誼來調和，這代表在某方面把自己與自己的孩子視作同等。孩子總是希望獲得這分親切感，希望與他們的父母建立這種友愛關係，即使是那些看來不聽話和不作反應的孩子，也是如此。」

我與其中一個兒子的一個最好對話發生在車裏，我們正前往觀看球賽。他參與簡單的避靜後，忽然問我關於聖召的本質。有趣的是，這個對話在一段頗長的沉默時間後出現，我們只是坐在車裏驅車。這個隨後出現的對話很深刻，我也希望是有意義的。我們談論愛和犧牲的意義，而在某種意義上，我們與天主的關係記是如此：在於活出禱告生活，在安靜的時間中讓天主以最親密的方式向我們啟示祂自己。

最後，請不要忘記配偶之間應存有的愛。內子和我是最先承認我們在父母的角色中失敗了許多次的人，但我們

也確認透過彼此聯合，每新的一天都給我們重頭開始的機會。建立家庭是龐大而充滿挑戰的歷險，而我們也要預備好自己承受挫折，但藉着天主的助祐和幽默感，我們的家庭總可成為它本身應有的培育環境。

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
chuang-zao-kai-lang-he-xing-fu-de-jia-
ting/](https://opusdei.org/zht/article/chuang-zao-kai-lang-he-xing-fu-de-jia-ting/) (2026年2月13日)